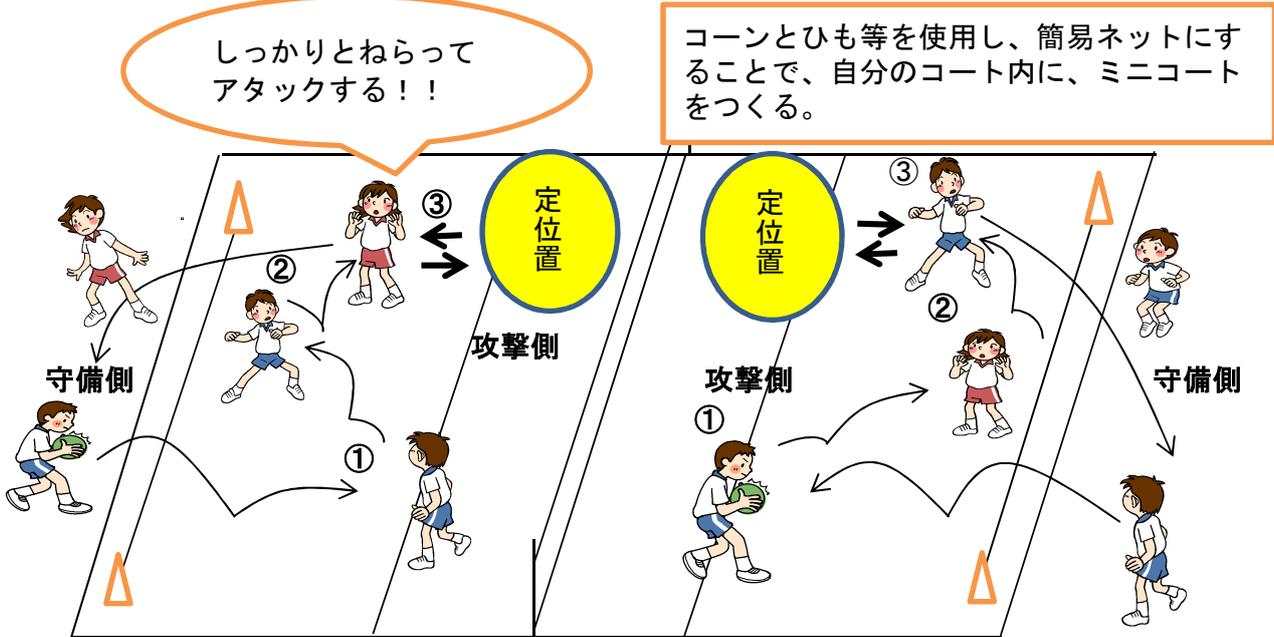


1 キャッチターゲットアタックゲーム

ねらい	三段攻撃で、ねらったところにアタックすることができる。
時間	10分
準備	レクリエーションボール 得点板、ビブス、簡易ネット



コーンとひも等を使用し、簡易ネットにすることで、自分のコート内に、ミニコートをつくる。

アタッカーは、前に移動して、アタックを打つ。アタックしたら、定位置に戻る。

やり方	<p>① 1チームは3～6人。攻撃側のコート内は3人、守備は2人。</p> <p>② 2チームまたは兄弟チームで簡易ネットを挟んで行う。</p> <p>③ 1プレーは、守備側のサーブからプレーを始め、攻撃側が3回で相手コートに返し、守備側がレシーブをするまでとする。</p> <p>④ サーブは決まった場所（図①）に、やさしく投げ入れる。</p> <p>⑤ 上図①→②→③の順にパスをつなぐ。①は、相手からのサーブやアタックをキャッチせずにプレルする。②→③は、持ってパスをする。③は、パスをキャッチせず、相手コートに直接打ち込む。</p> <p>⑥ 1人3回シュートしたら、ローテーションをする。3人が全ポジションを終えたら攻守交代する。</p> <p>※ このゲームを得点化する場合【得点例】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 攻撃側がシュート成功：攻撃側2点 ・ 攻撃側のシュートを守備側がキャッチ：攻撃側1点、守備側2点
-----	--

「1 キャッチターゲットアタックゲーム」の説明

1. 準備

- レクリエーションボール（ソフトバレーボール）
- バドミントンコート、支柱、ネット、得点板、ビブス、簡易ネット

2. 「1 キャッチターゲットアタックゲーム」の進め方

- ① これから1キャッチターゲットアタックゲームを始めます。
- ② まず、1チームでコートの半面を使います。簡易ネットを挟んで、兄弟チームに分かれてください。まずは兄チームから攻撃を始めます。弟チームは守備です。
- ③ 攻撃は3人、守備は2人です。
- ④ ポジションは前に1人、後ろに2人で三角形を作ります。後ろの人が、レシーブとアタックをする役割、前の人がパスを出す役割です。レシーブ→パス→アタックの攻撃を三段攻撃といいます。
- ⑤ 攻撃は、守備の2人にワンバウンドでプレルされないように、アタックします。守備側は、練習なので、ワンバウンドしたボールをもう1人の人にプレルで返しましょう。
- ⑥ ・まず、守備側のサーブから始めます。サーブは、後ろの人がプレルしやすいように投げ入れます。
 - ・サーブを受ける人は、キャッチせずにワンバウンドで前の人にパスをします。前の人にプレルでパスします。
 - ・前の方は、ワンバウンドしたボールをキャッチし、もう1人の後ろの人に、ワンバウンドでトスします。
 - ・トスを受けた人は、キャッチせずにその位置から相手に向かってアタックをします。アタックする時は、定位置より前に移動して、ネットの上から相手コートに直接打ちます。アタックしたら必ず定位置に戻しましょう。
 - ・シュートの前にパスやキャッチの失敗があっても、その位置から続けましょう。
- ⑦ 1人3回シュートしたらローテーションをして、全員が3回アタックできたら兄チームの攻撃は終了です。次に、弟チームの攻撃です。
- ⑧ どこをねらうかを自分で考えたり、チームで話し合ったりして、できるだけ多く得点できるように工夫しましょう。
- ⑨ それでは、始めます。